

 ERZURUM LİSESİ

“OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM”

YILLIK ÇALIŞMA PLANI

Millî Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının iş birliği içerisinde yürüttüğü "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

 Proje kapsamında Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

 OKULUMDA SAĞLIKLI BESLENİYORUM PROJESİ

 Öğrencilerin kişiliği özellikle okul çağlarında şekillenmekte ve yetişkin çağdaki davranışları üzerinde etkili olacak alışkanlıkların edinilmesi yine bu yıllara dayanmaktadır. Bu nedenle, okul içinde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşamın teşvik edilmesi amacıyla bu konuda yapılan uygulama ve faaliyetler ile eğitmenlerin sergilediği örnek davranışlar, çocuk ve gençlerimizin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarında temel rol oynamaktadır.

 Koruyucu sağlık hizmetleri kapsamında, okullarda sağlıklı beslenme, obezitenin önlenmesi ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın arttırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının işbirliği içerisinde yürüttüğü "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum" projesine okulumuz da katılmış bulunmaktadır.

Proje kapsamında Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi ve Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Projesi Yıllık Planı oluşturularak çalışmalara başlanmıştır.

Bu bağlamda 2017-2018 eğitim öğretim yılından başlamak üzere 3 yıl olmak üzere ve gerektiğinde her yıl revize edilerek yıllık plan hazırlanmış ve uygulamaya konulmuştur.

HEDEFLERİMİZ

\* “Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Projesi” ile öğrencilerin, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam koşullarına teşvik edilmesi

\* Okullarımızda sağlıksız beslenme ve obezitenin önlenmesi için gerekli tedbirlerin alınması

\* Veliler ve öğrencilerde hareketli yaşam konusunda duyarlılığın arttırılması

\* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam için yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi

\* Okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması için çalışmalar yapılması

AMAÇLARIMIZ

Aile ve çocuk eğitimleri ile sağlıklı nesillerin yetişmesine katkı sağlamak için;

\* Çocuk ve ailelerde sağlıklı beslenme,

\* Çocuklarda obezite,

\* Sağlıklı okul dönemi,

\* Sağlık risklerine göre (Hiperlipidemi, troid hastalıkları, demir yetersizliği, kansızlık, diyabet vb.) çocuk ve aile beslenmesi programlarıyla genç nesillerin sağlıklı yetişmesine destek vermek. Aile bireylerinde beslenme bilincini arttırmak, sağlık risklerini azaltmak ve sağlıklı nesiller yetiştirmek için gerekli beslenme eğitim hizmetini sağlamak.

SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ YAŞAM EKİBİ

Aşağıdaki isimlerden oluşmuştur.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| S.N | GÖREVİ/BRANŞI | ADI SOYADI |
| 1 | OKUL MÜDÜRÜ/MATEMATİK | S.SİNAN ÇANAKÇI |
| 2 | MÜDÜR YARD. | SÜLEYMAN DAŞDEMİR |
| 3 | MÜDÜR YARD. | M.MUTLU ARPAÇAY |
| 4 | OKUL AİLE BİRLİĞİ | ERTAÇ CEVİZLİLER |
| 5 | BİYOLOJİ ÖĞRETMENİ | AYŞE TOPARLAK |
| 6 | BİYOLOJİ ÖĞRETMENİ | SEDAT AKBULUT |
| 7 | BİLİŞİM T. ÖĞRETMENİ | SALİH ARICIOĞLU |
| 8 | İNGİLİZCE ÖĞRETMENİ | SİBEL KASİL (YEŞİLAY KULÜBÜ) |
| 9 | İNGİLİZCE ÖĞRETMENİ | NURTEN YILDIRIM (SAĞLIKLI B.VE T.KOLU) |
| 10 | REHBER ÖĞRETMEN | M.MAZHAR ÜZER |
| 11 | BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ | M.YAŞAR ŞİMŞEK |
| 12 | EDEBİYAT ÖĞRETMENİ | CEMİLE AKSOY |
| 13 | BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ | MUSA ÇOBANOĞLU |
| 14 | KANTİN SORUMLUSU | ZAFER POLAT |
| 15 | GÖRSEL SANATLAR ÖĞRETMENİ | RAHİME KOÇ |

|  |  |
| --- | --- |
| 27 Eylül | Dünya Okul Sütü Günü |
| 15 Ekim | Dünya El Yıkama Günü |
| 16 Ekim | Dünya Gıda Günü |
|  3 -4 Ekim  | Dünya Yürüyüş Günü |
| 14 Kasım | Dünya Diyabet Günü |
| 24 Kasım | Çocuk Hakları Günü ve Öğretmenler Günü |
|  18-24 Kasım  | Ağız ve Diş sağlığı Haftası |
|  12-18 Aralık  | Yerli Malı Haftası |
| 22 Mart | Dünya Su Günü |
| 11-17 Mart  | Dünya Tuza Dikkat Haftası |
| 7 Nisan | Dünya Sağlık Günü |
| 15 Nisan | Büyümenin İzlenmesi günü |
|  7-13 Nisan  | Dünya Sağlık Haftası |
| 10 Mayıs | Dünya Sağlık İçin Hareket Et Günü |
| 22 Mayıs | Dünya Obezite Günü |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AY** | **YAPILACAK ETKİNLİKLER** | **ETKİNLİK SORUMLULARI** |
| **EYLÜL** | Beslenme ve Hareketli Yaşam Ekibinin Kurulması. | Okul Müdürlüğü  |
| Mutfak, yemekhane denetleme ekibinin oluşturulması. | Sağlıklı Beslenme Ve Hareketli Yaşam Ekibi |
| Okulumda Sağlıklı Besleniyorum projesi için sınıf temsilcilerinin seçilmesi. | Sınıf Rehber Öğretmenleri tarafından   |
| Eylül ayı çalışma raporunun ve ekim ayı yemek listesinin hazırlanması. | Ekip, SÜLEYMAN DAŞDEMİR |
| **EKİM** | Yıllık çalışma planının hazırlanıp internette yayınlanması. |  Nurten YLDIRIM |
| Okul panosunun oluşturulması, afişlerin asılması. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü, Resim Öğretmenleri  |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi. | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Sağlık için spor etkinliklerinin yapılması. | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Her gün okul bahçesinde sağlıklı yaşam sporu yapılması. | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| “Sağlığım için bisiklet sürüyorum.” etkinliğinin yapılması. | Beden Eğitimi Öğretmenleri  |
| Veli bilgilendirme toplantılarında sağlıklı beslenme konularına değinilmesi | Rehber Öğretmeni, Sınıf Rehber Öğretmenleri |
| Ekim ayı raporunun ve kasım ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, SÜLEYMAN DAŞDEMİR  |
| **KASIM** | Okul beslenme programı hakkında ve sağlıklı beslenme konusunda öğrencilere bilgiler verilmesi. | Biyoloji Öğretmenleri |
| Okul beslenme panosunda Sağlıklı ve Dengeli Beslenme ilgili bilgiler duyurulması | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü  |
| “14 Kasım Dünya Diyabet Günü” nedeniyle abur cubur son etkinliği yapılması. |  Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü |
| Öğrencilerin boy, kilo ölçümlerinin yapılması ve istatistiklerin tutulması ve yapılan ölçümler sonucunda problem yaşayan öğrencilerle ve velilerle görüşülmesi. | Sınıf Rehber Öğretmenleri |
| Kasım ayı raporu ve aralık ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, SÜLEYMAN DAŞDEMİR |
| **ARALIK** | El hijyeni hakkında sınıfları bilgilendirme. | Biyoloji Öğretmenleri |
| Okul beslenme panosunda “Sağlıklı ve Dengeli Beslenme” ile ilgili bilgiler duyurulması. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü |
| Aralık ayı rapor ve ocak ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| Okulun web sayfasında beslenme köşesinin oluşturulması. | M.Mutlu ARPAÇAY, Salih ARICIOĞLU |
| Fastfood hakkında bilgilendirme. Abur cuburlar hakkında bilgilendirme | Biyoloji Öğretmenleri |
| “Tuza Dikkat!” konulu pano çalışması. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü, Resim Öğretmenleri  |
| **OCAK** | Meyve ve süt günleri düzenlemek. | Süleyman DAŞDEMİR |
| Okuldaki tüm öğrencilerin boy ve kilolarının tespit edilmesi, beden kitle indekslerinin hesaplanarak veliler ile paylaşılması. Sorunlu olanların velileri ile görüşülmesi. | Sınıf Rehber Öğretmenleri |
| Ocak ayı raporu ve şubat ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| **ŞUBAT** | Öğrencilere doğru beslenme hakkında eğitici cd. İzletilmesi. | Salih ARICIOĞLU |
| Şubat ayı rapor ve mart ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| Okulda "Sağlıklı Beslenme" konusunda farkındalığın arttırılmasına yönelik olarak abur cubur yerine ara öğün olarak kuruyemiş (fındık, ceviz, badem vb.) tüketimi etkinliğinin yapılması. | Süleyman DAŞDEMİR |
| **MART** | Tükettiğimiz hazır içecekler hakkında pano hazırlanması. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü, Resim Öğretmenleri |
| Mart ayı rapor ve nisan ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| Ağız ve diş sağlığı ile ilgili alanında uzman kişileri çağırarak sunum yapılması. | M.Mutlu ARPAÇAY |
| “22 Mart Dünya Su Günü” dolayısıyla konferans yapılması. | Biyoloji Öğretmenleri  |
| **NİSAN** | “Sağlık için yürüyüş” yapılması. | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| “Sağlığım için bisiklet sürüyorum.” | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| Hijyen kurallarının okul beslenme panosu ve sınıf panolarında duyurulması. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü  |
| Nisan ayı rapor ve mayıs ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| **MAYIS** | Çeşitli dallarda sınıflar arası spor karşılaşmalarının yapılması. | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| “Sağlığım için bisiklet sürüyorum.” | Beden Eğitimi Öğretmenleri |
| “22 Mayıs Dünya Obezite Günü” ile ilgili etkinlikler yapmak. |  Biyoloji Öğretmenleri |
| “Obezite” ile ilgili broşür ve duvar gazetesi oluşturma. | Sağlık, Beslenme, Temizlik ve Yeşilay Kulübü, Resim Öğretmenleri |
| Mayıs ayı rapor ve haziran ayı beslenme listesinin hazırlanması. | Ekip, Süleyman DAŞDEMİR |
| **HAZİRAN** | Yapılan çalışmaların değerlendirilmesi | TÜM EKİP ÇALIŞANLARI |

 S.Sinan ÇANAKÇI

 OKUL MÜDÜRÜ